

УТВЕРЖДАЮ:



Расписание тренировочных занятий МАУ СП «Спортивная школа №2» Сургутского района на 2020-2021 г.г.

№ п/п	Ф.И.О. тренера	Наг руз ка	Этап подгото вки	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	Место занятий
Спортивная (вольная) борьба											
1	Плиев Вахтанг Омарович	21	ССМ (3 год)	08.00-08.45 самостоятельная работа	08.00-09.00 самостоятельная работа	08.00-08.45 самостоятельная работа	08.00-08.45 самостоятельная работа	19.00-21.00	08.00-08.45 самостоятельная работа		Борцовский зал СШ №2
				19.00-21.00	19.15-21.00	19.00-21.00	19.15-21.00	19.00-21.00		г.п.Белый Яр	
										Игровой зал Витязь	
2	Абдуллаев Артур Исгулинович	24	ВСМ (1 год)	08.00-09.30 самостоятельная работа	08.00-08.45 самостоятельная работа	08.00-09.30 самостоятельная работа	08.00-08.45 самостоятельная работа	08.00-08.45 самостоятельная работа	08.00-09.00 самостоятельная работа		Борцовский зал СШ №2
				19.00-21.00	19.15-21.00	19.00-21.00	19.15-21.00	19.00-21.00		г.п.Белый Яр	
										Игровой зал Витязь	
2	Абдуллаев Артур Исгулинович	12	Т (СС) (2 год)	16.00-17.30	16.00-17.45	16.00-17.30	16.00-17.45		15.00-17.30		Борцовский зал СШ №2
				10.00-11.30		10.00-11.30		10.00-11.30	09.00-11.15	г.п.Белый Яр	
					17.45-19.15		17.45-19.15		17.30-19.00	Борцовский зал СШ №2	
6		СОГ		17.45-19.15		17.45-19.15					Борцовский зал СШ №2 г.п.Белый Яр

Гиревой спорт									
3	Барков Александр Петрович	28	ВСМ (3 год)	08.00-08.45	08.00-08.45	08.00-08.45	08.00-08.45	08.00-08.45	тренажерный зал СПШ №2 г.п.Белый Яр
				самостоятельная работа	самостоятельная работа	самостоятельная работа	самостоятельная работа	самостоятельная работа	
				18.00-21.00	18.00-20.15	18.00-21.00	18.00-20.15	18.00-21.00	
		6	СОГ	16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00	
Северное многоборье									
4	Бырка Максим Михайлович	9 6 12	Т(СС) (повтор) СОГ Т(СС) (2 год)	08.00-09.30	08.00-08.45	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	СК «Атлант» исровой зал МАУ РУСС с.п.Солнечный
					15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	
5	Рочев Алексей Андреевич	21	ССМ (3 год)	08.00-09.00	18.30-19.15	08.00-09.00	18.30-19.15	08.00-09.00	Центр Адаптивного спорта г.Сургут
				самостоятельная работа	тренажерный зал	самостоятельная работа	тренажерный зал	самостоятельная работа	
				15.30-17.30		15.30-17.30		15.30-17.30	
		6	СОГ	осн.		осн.		осн.	СК «Атлант» исровой зал МАУ РУСС с.п.Солнечный
				17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.30		
				18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15		
		6	СОГ	тренажерный зал	тренажерный зал	тренажерный зал	тренажерный зал	тренажерный зал	СК «Атлант» исровой зал МАУ РУСС с.п.Солнечный
				15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00		
Спортивная акробатика									
6	Арефьева Ирина Васильевна	6 6 20	НП (1 год) СОГ (1 год) СОГ (1 год) Т(СС) (3 год)	08.00-09.30		08.00-09.30		13.40-15.10	Спортивный зал СПШ №2 г.п.Белый Яр
					13.50-15.20	13.50-15.20		15.10-16.40	
				09.40-11.10		09.40-11.10			
				15.30-17.45	15.20-18.20	15.30-17.45	15.20-18.20	15.30-17.45	08.00-10.15

7	Терехина Елена Васильевна	6	НП (1 год)	08.00-09.30		08.00-09.30		08.00-09.30			Спортивный зал СШ №2 г.п.Белый Яр
		20	Т(СС) (4 год)	15.20-17.35	15.20-18.20	15.20-17.35	15.20-18.20	15.20-17.35	09.00-11.15		
		6	СОГ-2 (1 год)		18.30-20.00		18.30-20.00		11.30-13.00		
		6	СОГ-1 (1 год)		13.40-15.10		13.40-15.10		13.10-14.40		

Художественная гимнастика

8	Куранда Анна Николаевна	15	Т(СС) (3 год повтор)	18.50-20.20		18.50-20.20		18.50-20.20	08.00-09.30		СК «Лидер» п.Барово
		8	НП (2 год)	12.00-12.45		12.00-12.45		12.00-12.45			СК «Атлант» с.п. Солнечный Зал № 3
					18.30-20.00		18.30-20.00				СК «Атлант» с.п. Солнечный Зал № 2
					15.30-17.00		15.30-17.00		09.30-11.00		СК «Лидер» п.Барово
		6	СОГ	12.45-13.30		12.45-13.30					СК «Атлант» с.п. Солнечный Зал № 3
				17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30			СК «Лидер» п.Барово

Кикбоксинг

9	Мирзоев Рустам Шах-Эмирович	6	СОГ	10.35-12.05		09.00-10.30		10.35-12.05			С/К Солнечный с.п. Солнечный
		12	Т(СС) (1 год)	18.00-20.15		18.00-20.15	18.00-19.30	18.00-20.15	17.00-17.45 <i>бассейн СШ 2</i>		
		9	НП (3 год)	09.30-10.15	09.30-11.00	11.00-11.45 <i>СК Атлант</i>	09.30-11.00	09.30-10.15	09.30-11.00		
10	Ибрагимов Гамзат Шаргларович	6	НП (1 год)		10.00-11.30		10.00-11.30		10.00-11.30		С/К Витязь г.п.Белый Яр
		6	НП (1 год)		19.00-20.30		19.00-20.30		18.00-19.30		

Бокс											
11	Пономарёв Дмитрий Алексеевич	9	НП-2	Выходной	16.00-17.30	14.00-14.45	16.00-17.30		16.00-17.30	16.00-17.30	спортивный зал МАУ ФСОЦ п.Федоровский
		18	Т(СС)		17.30-20.15	17.30-20.00 <i>тренижерный зал</i>	17.30-20.15	17.00-19.30 <i>бассейн</i>	17.30-20.15	17.30-20.15	спортивный зал, тренижерный зал МАУ ФСОЦ п.Федоровский
12	Красношеин Владимир Владимирович	6	СОГ-1		12.40-14.10		12.40-14.10		12.40-14.10		спортивный зал «Забивака» с.п.Русскинская
		6	СОГ-2		14.30-16.00		14.30-16.00		14.30-16.00		
		6	СОГ-3		16.20-17.50		16.20-17.50		16.20-17.50		
		6	СОГ-4		18.10-19.40		18.10-19.40		18.10-19.40		
13	Идрисов Байширак Батырбекович	6	СОГ	17.00-18.30	17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30		СОШ№1 с.п.Ульт- Ягун
		6	СОГ		17.00-18.30		17.00-18.30		15.00-16.30		
Футбол (мини-футбол)											
14	Кошанов Алексей Владимирович	6	СОГ-1		14.30-16.00		14.30-16.00		12.50-14.20		СК «Лидер» п.Барсово
		6	НП (1 год)	09.30-11.00		09.30-11.00		09.30-11.00			
		6	СОГ-3	11.00-12.30		11.00-12.30		11.00-12.30			
		6	СОГ-4	14.00-15.30		14.00-15.30		14.00-15.30			
15	Багинский Станислав Цезарович	6	СОГ-2		16.00-17.30		16.00-17.30		14.40-16.10		СК «Лидер» п.Барсово
		6	СОГ-1	15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30			
		6	СОГ-2	16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00			
		6	СОГ-3		15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30		
		6	СОГ-4		16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00		СК «Максимум» с.п.Ульт- Ягун
		6	СОГ-4		16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00		

Легкая атлетика

16	Землянский Игорь Сергеевич	6	СОГ	15.40-17.10		15.45-17.15		15.45-17.15			Школа -интернат с.п. Солнечный
17	Потылицина Екатерина Владимировна	6	СОГ	17.00-18.30	15.10-16.40	17.50-19.20	16.40-18.10	17.00-18.30	12.00-13.30		
		6	СОГ		17.00-18.30		17.00-18.30		12.00-13.30		

Хоккей

18	Павлюк Сергей Николаевич	9	ГНП (3 год)	16.05-17.35		16.05-17.35		16.05-17.35	09.00-11.15		СОШ №1 Хоккейный корт г.п. Белый Яр
		6	СОГ	17.45-19.15		17.45-19.15		17.45-19.15			

Волейбол

19	Кучинский Владимир Владимирович	12	Т(СС) (2 год)		17.30-19.00 игровой зал 19.00-19.45 тренажерный зал	15.00-16.45 игровой зал 16.45-17.15 тренажерный зал			10.15-11.00 тренажерный зал 11.00-12.30 игровой зал	09.15-11.30 игровой зал	СК «Лидер» МАУ РУСС с.п.Солнечный СК «Витязь» г.п.Белый Яр

Армспорт

20	Казиматомедов Тарлан Рамазанович	28	ССМ (1 год)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	08.00-08.45 (инд. план)	тренажерный зал СШ №2 г.п.Белый Яр
		6	СОГ	18.00-21.00	18.00-20.15	18.00-21.00	18.00-20.15	18.00-21.00	18.00-20.15	18.00-19.30	
					16.30-18.00		16.30-18.00				

Киберспорт

21	Тавалдиев Нуртлик Жаныбекович	6	СОГ-3	11.30-13.00		11.30-13.00		11.30-13.00			Компьютерный зал СШ №2 Белый Яр
		6	НП (2 год)	14.00-15.30		14.00-15.30		14.00-15.30			
		6	СОГ-1	15.40-17.10		15.50-17.20		15.50-17.20			
		6	СОГ-2	17.20-18.50		17.40-19.10		17.40-19.10			

Заместитель директора _____ Н.В. Суворова